

film **Dana Svátka**,
režiséra Úsměvů smutných mužů

ČTVRTEK 11. ČERVENCE 2024 Č. 131 • WWW.METRO.CZ

metro®

Tereza Ramba

zápisník alkoholičky

Tak pijí ženy

HRAJÍ: TEREZA RAMBA, MILOSLAV KÖNIG, BARBARA LUKÉŠOVÁ, MIROSLAV HANUŠ, MARTIN FINGER, OSKAR HES, JAN PLOUHAR, GABRIELA ŠTEFANOVÁ, VOJTĚCH VONDRÁČEK, BARBARA MUDROVÁ, SIMONETTA HLADKÁ, ONDŘEJ HAVLÍK, ALŽBĚTA MALÁ, DIANA DILLÍKOVÁ, MARTIN PREUSS, JAN JANČA, JOSEF FORMÁNEK, MICHAL PAZDIERKA a další
REŽIE: DAN SVÁTEK
KAMERY: MICHAELA DUBEKOVÁ
STYLING: MARTA FENCLOVÁ
HANEBA: JAKUB ŠIMONER
PARAFITKY: IVY NÁVRAT
JANĚŠKA MARIŠKA: PAVLINA ŽBÁNSKA
GABRIELA BUBŘEŠOVÁ: KRISTYNA VETŘÁNKOVÁ
ILONA KOUTKOVÁ: STIHLÍ
DAN SVÁTEK: ADELA SPALJOVÁ
ZUZKA: ONDŘEJ MUŠKA
KRYMČEK: RÁDEK K.
VYSUŠILOU: VEDOUČÍ PRODÁVÁNÍ: IBIS GORBIK
PRODUCENTI: DAN SVÁTEK (HOLIDAY FILMS), MARTIN GAZDA (IS PRODUCE), TOMÁŠ JINORŠEK (DFMG), ONDŘEJ KULHÁNEK, STANISLAV PAVLÍN (SPSK), DISTRIBUTOR: BONTONFILM

v kinech od 11. července 2024

PRODUCENT: holiday films
KOPRODUCENTI: is produkce, S P S K, PARTNERI: Prime, ústecký kraj, cibule, ELIŠKA, vanda store, Dalimayr, EUC, ministr zdraví
MEDIÁLNÍ PARTNERI: Radiožurnál, molto, BLESK ŽENY, REFLEX, W O P G, refresher, STATUS, DISTRIBUTOR: BONTONFILM

designed by: Jan Paukar /FOURdesign/ photography by: Nicola Šnajdrová 2024

Starožitnosti

VYKOUPIME KNIHY

zaplatíme á **2000,- Kč** za každou banánovou krabici knih, které od Vás koupíme.

Bibliofilie a cenné knihy oceníme každou zvlášť.

Telefon: **773 735 939**

• STAROŽITNÍK koupí: obrazy, knihy, grafiku, sklo, porcelán, mince a bankovky, šperky a klenoty, hodinky, sošky. Vykupují i o víkendech. Tel. 702401621

• Sběratel koupí staré perské koberce, obrazy a starožitný nábytek, porcelán, sklo a staré pohledy. Tel.: 602218721

Pronájmy - poptávka

• Hledám byt k dlouhodobému pronájmu v Praze s dobrým spojením MHD. Slušné a solidní jednání. Pouze od přírodního majitele. RK nevolat. T. 608771545.

• Hledám menší byt pro 2 os. do 16 tis. nebo větší do 23 tis. Kč. Požadujeme: centrum do 30 min, MHD, dlouhodobě, lodžie výhodou. RK nevolat. 605845088

Auto-moto - poptávka

• Sbíráám auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen a garáží, vše do r. 1990. T. 734843403

PRÁCE
v klidném a čistém prostředí



SLUŽBA NA VRÁTNICI

Zaměstnání na HPP zejména pro invalidní důchodce a osoby se zdravotním znevýhodněním. Vaše zdravotní omezení u nás není překážkou!

VOLEJTE ZDARMA **800 108 111**
nabor@abasco.cz

náborový **15 000 Kč** příspěvek



Práce - nabídka

• Česká stavební společnost FIRESTA-Fišer, rekonstrukce, stavby hledá zaměstnance na PPÚ na pozice: zedník, tesař, železář, zámečník, svářeč pro oblast Čechy. Požadujeme: ukončené střední vzdělání, praxe v oboru výhodou, ochota pracovat na stavbách po celé ČR, dobrý zdravotní stav. Nabízíme: odpovídající platové podmínky a zájem velké stabilní firmy, prémie, příplatky, stravné, cestovné, příspěvek na penz. přípojištění, dopravu služebními vozidly, ubytování na stavbách, 5 týdnů dovolené a další benefity, možnost odborného růstu, příjemné pracovní prostředí. Info: 702201005, smidova@firesta.cz

• Městská část Praha 6 - Úřad městské části nabízí výkon práce referent/ka dopravních přístupků. Bližší informace jsou zveřejněny na www.praha6.cz v rubrice Volná pracovní místa. Lhůta pro doručení přihlášky s doklady: 22.7.2024 v podatelně Úřadu městské části Praha 6. Kontakt: Mgr. Ripa, DiS., tel. 220 189 761.

• Nemáte uplatnění ve svém oboru, nebo hledáte změnu a chcete si vydělat až 35.000 Kč čistého měsíčně v místě Vašeho bydliště? Pojdte pracovat k naší bezpečnostní službě jako pracovník ostrahy. Info na tel. 800100286, 724596648, 724171696

• Přijmeme strážného do objektu v Praze 5. Očekáváme znalost EPS, EZS, CCTV, čistý TR, fyz. zdatnost. Mzda: 130-140 Kč/hod. čistého. Kontakt: 720823732.

• Pokladní v Praze a okolí i BEZ PRAXE - zaškolení, příwývědek za 165-213,60 Kč/hod, online rezervace směn, denní zálohy. Více na tel.: 222534534

• Česká stavební společnost FIRESTA-Fišer, rekonstrukce, stavby hledá zaměstnance na PPÚ na pozice: stavbyvedoucí / stavební mistr pro oblast Čechy. Stanete se součástí odborného týmu, který realizuje krásné a náročné zakázky v oblasti dopravního stavitelství. Budete řídit svěřené stavby, vlastní zaměstnance, koordinovat subdodavatelské firmy, kontrolovat dodávky materiálů i práci. Požadujeme: VŠ/SŠ stavebního směru, řídicí průkaz sk. B, organizační schopnosti, znalost práce na PC, ochota pracovat po celém území Čech, dobrý zdravotní stav, výborná znalost českého jazyka sloven i písmem. Nabízíme: Příjemný pracovní kolektiv, zájem české stabilní společnosti, odpovídající mzdové podmínky, prémiový systém, služební automobil, mobilní telefon, stravné, týden vánoční dovolené navíc, příspěvek na penzijní pojištění, další zaměstnanecké benefity. Info: 702201005, smidova@firesta.cz

Hledáme do týmu v Praze **PRACOVNÍKY OSTRAHY**



Mzda až 1800 Kč/den

Vhodné i pro invalidní a starobní důchodce

Volejte: **737 358 855**
www.solidsecurity.cz

Přijmeme invalidní důchodce na pozici **RECEPCE A OSTRAHA**

• mzda od 125 Kč/hod.
• náborový bonus **10.000 Kč, výplata denně**

Tel.: **800 888 440** (bezplatná linka)
Pohovory jsou každý pracovní den od 8.00 do 12.00 hodin na adrese: Ocelářská 21, Praha 9 (Metro B - Českomoravská)

• NOČNÍ VYBALOVÁNÍ a doplňování zboží v týdnu i o víkend, 165-214,50 Kč/hod dle směny a lokality. Online rezervace, zálohy, Praha a okolí. T: 222534534

• Pohodové DENNÍ DOPLŇOVÁNÍ zboží za 165-198 Kč/hod. Směny dle Vašich možností - online rezervace, zálohy. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• PŘÍVÝDĚLEK za 176,60-210 Kč/HOD - pultový prodej lahudek s praxí i bez praxe. Praha a okolí, zálohy druhý den. Tel.: 222534534, www.creditczech.cz

• NABÍZÍME 176,60 - 194,26 Kč/HOD za dopek pečiva s nástupem ihned, sazba dle směny a lokality, zálohy, zaškolení, online rezervace. Tel.: 222534534

• Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola a gymnázium Praha 1 Alšovo nábřeží 6 přijme uklízečku. Úvazek poloviční, úklid v odpoledních hodinách. Nástup dle dohody. Telefon: 776349015.

• Výpomoc na prodejních nejen přes léto. NABÍZÍME AŽ 214,50 Kč/hod, různé pozice, dlouhodobou spolupráci, zálohy, Praha a okolí. Tel.: 222534534

• OSTRAHA AREÁLU za 117 Kč/hod čistého. Denní/noční 12h směny. Práce u metra Zličín. Pro muže i ženy na DPP (brigádu). Možnost záloh. Tel. 703891086

• Mateřská škola Antonina Čermáka, Praha 6 přijme od září 2024 učitelky a asistenty/ky pedagoga na plný úvazek do MŠ. Zájemci mohou volat na číslo 773838782 nebo psát na e-mail: skola@zscermaka.cz

• Hledáme muže ČID (částečně invalida) na plný úvazek cca 180 hod / měs. na 12 hod noční směny na ostrahu objektu DC REZIDENCE, Novodvorská P4. Plat 125,-Kč / hod + zákonné příplatky. Nástup po zácviku. Tel: 734513843

Byty - poptávka

KOUPIM BYT V PRAZE

jako investici pro děti, právní vady, dluhy nejsou překážkou. V bytě můžete dále bydlet. Platba ihned. Reální kanceláře prosím nevolat. Tel: 601 522 292

BYT/ DŮM POPTÁVKA

s přítelkyní hledáme ke koupi byt a rodinný dům v Lounech, případně v dojezdové vzdálenosti do Loun. V jakémkoli stavu. Děkujeme za případnou nabídku. Tel: 731 117 381



Nemovitosti - poptávka

KOUPIM CHATU

Hledám ke koupi chatu, chalupu do 50 km od Prahy. Stav nerozhoduje. Předem děkuji za nabídku. Tel.: 725 911 070

KOUPIM DŮM NEBO POZEMEK

v Praze a okolí. Právní vady nevadí. Financování mám zajištěno. RK-nevolat. Tel.: 725 719 745

POPTÁVKA CHATA HORY

koupím chatu/chalupu nebo stavební pozemek na horách, či v dojezdové vzdálenosti do hor. Krkonoše, Krušné, Orlické, Jizerky, Šumava. Může být i Vysočina. Na stavu nezáleží, spíše na místě. Tel.: 773 117 381

Knihy a časopisy

VÝKUP KNIH a KNIHOVEN

koupíme jednotlivé knihy i celé sbírky, pozůstalosti apod.

Přijedeme (pro více než 300 ks) **zaPlatíme odvezeme**

Celá ČR

tel. **604 11 44 66**
e-mail: arco@antikvariaty.cz

KNIHY!

Koupím knihy novější i starší + starožitný a retro nábytek do stylové čítárny - křesla, židle, stolky, lampy, obrazy, knihovny aj.

T. 603 478 873

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓ

ASTRATEx

Sleva 28 %
i na novinky

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

Portmonka **VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ**

metro 



Je poprvé v semifinále Wimbledonu

Tenistka **Barbora Krejčíková** si na trávě v **All England Clubu** zahraje o účast ve finále. Osmadvacetiletá Češka **porazila turnajovou třináctku Jelenu Ostapenkovou** z Lotyšska 6:4, 7:6 za hodinu a 42 minut. Hráčka z Ivančic se už dnes od 14 hodin utká **s předloňskou šampionkou** a nasazenou čtyřkou Jelenou Rybakinovou z Kazachstánu.



NEWS

ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

Planeta páchne po starých vejcích

Na HD 189733 b prší žhavé sklo. A kdyby lidský nos fungoval při 1000 stupních, ani by nevoněla.

Planeta, která proslula svým velmi extrémním počasím, je také cítit po zkažených vejcích. Zjistil to tým vědců, jenž s pomocí vesmírného teleskopu Jamese Webba zkoumal planetu HD 189733 b a její atmosféru. Tu tvoří většinou sirovodík, s jehož charakteristickým zápachem se lze setkat při plynatosti u lidí, ale například i v plynech linoucích se ze sopek, napsal server BBC. Jde o první nález sirovodíku na exoplanetě – neboli na planetě mimo Sluneční soustavu.

Planeta HD 189733 b má pověst extrémního místa. Jde o žhavého plynného obra

ČLOVĚK SE TAM NIKDY NEDOSTANE

Planeta se nachází 64 světelných let od Země a je tak v rámci Mléčné dráhy považována za naši sousedku. Podle vědců to umožňuje ji podrobně prostudovat. Člověk se tam nikdy nedostane, ale zkoumání je pro vědce důležité.

- „Například zmíněný objev sirovodíku by byl na jiných, vzdálenějších planetách

nemožný,“ uvedl astrofyzik Guangwei Fu z Univerzity Johnse Hopkinse, který planetu se svým týmem dlouhodobě zkoumá.

- Hvězda, kolem níž planeta obíhá, je menší a chladnější než Slunce. HD 189733 b ji ale obkrouží za pouhé dva dny, protože je k ní třináctkrát blíže, než je Merkur ke Slunci.

ČTK

o něco většího než Jupiter. Má kobaltově modrou barvu, panují na ní spalující teploty a prší žhavé sklo. Jde o jednu z nejdůkladněji prozkoumaných exoplanet.

„Smradlavý puch by jistě přispěl k její už tak nechvalné pověsti. Není to planeta, kterou bychom my lidé chtěli navštívit, ale je to cenný cíl

pro prohloubení našich znalostí v oblasti planetární vědy,“ říká astrofyzik Guangwei Fu z Univerzity Johnse Hopkinse, hlavní autor studie publikované v časopise Nature. „Kdyby váš nos mohl fungovat při teplotě 1000 stupňů Celsia... atmosféra by páchla jako zkažená vejce,“ doplnil.

ČTK



PROFIMEDIA

Nestárne

Na Manhattanu se usídlili filmaři. Natáčejí tady seriál A jak to bylo dál..., který je pokračovatelem slavného seriálu Sex ve městě. Hlavní roli opět hraje Sarah Jessica Parker. Osobitá drobná herečka, která se na přelomu tisíciletí stala módní ikonou, příští rok v březnu oslaví 60. narozeniny. MET

INZERCE

DLOUHODOBÉ BOLESTI? POMŮŽEME VÁM OD NICH.

Lázeňská léčba snižuje dlouhodobé bolesti a má významný vliv na kvalitu života. Lázně Libverda najdete v severních Čechách, kousek od Liberce. Čím jsou výjimečné? Dokonalou přírodou, klidem a rodinným přístupem personálu.

S ČÍM POMŮŽEME?

Pohybový aparát

Dlouhodobé problémy, pooperační stavy po totální endoprotéze, přímý překlad z nemocnic.

Neurologické (nervové) obtíže

Různé druhy indikací, např. polyneuropatie či Parkinson.

Onkologické nemoci

Do 1 roku po ukončení léčby.

Nemoci oběhového ústrojí a kardio

Např. po infarktu, hypertence II.-III. stupně, srdeční vady.

Diabetes



Mnoho dalších skvělých pobytů (také pro samoplátce) najdete na našem webu nebo nám zavolejte.



+420 482 368 100-103
info@lazne-libverda.cz
www.lazne-libverda.cz

Při předložení vouchery
KÁVA ZDARMA
MAFRA

VÝSTAVA STANŮ

31. 5. – 25. 8. 2024



Vstup a parkování
ZDARMA



PVA EXPO
Praha Letňany



Máme i boty,
batohy a oblečení



Zkoušení
povoleno

4camping

Rubikova kostka je stále hitem

Hlavolam zřejmě nejslavnějšího Maďara dál motá hlavy.

V sobotu oslaví své 80. narozeniny maďarský architekt a designér Ernő Rubik, který se proslavil na počátku 80. let, když světlo světa spatřila jeho šestibarevná kostka. Tehdy našla fanoušky po celém světě. Letos si její motiv zvolila i Rubikova rodná země pro logo svého předsednictví v Radě Evropské unie.

Porazila i počítače

Po nástupu počítačových her a konzolí na přelomu 80. a 90. let se sice zdálo, že mechanickým hračkám, jako je Rubikova kostka, zvoní hrana, začátkem 21. století ale i díky internetu chytil tenhle na první pohled jednoduchý hlavolam druhý dech. Na videoseveru YouTube se začaly objevovat záznamy s různými strategiemi pro skládání Rubikova rébusu. O znovuobjevení kostky se zasloužil také film Šťěstí na dosah z roku 2006, ve kterém měl hlavolam v rukou Willa Smithe významnou roli. Složit Rubikovu kostku přitom není nic těžkého, při troše trpělivosti to může zvládnout třeba pětileté dítě. „Abyste byli schopní složit kostku, musíte být do jisté míry obdařeni vědeckým způsobem myšlení,“ řekl ale její autor, který se intenzivně věnoval propagaci svého nejslavnějšího vynálezu – a také hlídání patentních práv. Kostka se totiž už od svého uvedení na světový trh roku 1980 stala nejen terčem žalob pro porušení patentů, ale i vzorem pro výrobu neautorizovaných kopií. Na druhou stranu je ale pirátství důkazem úspěchu maďarského hlavolamu. „Rubikovu kostku lze použít při výuce inženýrství, při výuce matematiky, ale i jako ukázkou vztahů mezi designem, prací inženýrů, matematikou a kreativitou,“ ocenil Rubikův vynález šéf vědeckého muzea Liberty Science Center v New Jersey.

Za 3,13 vteřiny

Skládání 54 barevných čtverečků tak, aby vzniklo šest stejně barevných stran, se pro některé lidi stalo životní výzvou. Matematici například spočítali, že jakkoli rozloženou kostku lze složit maximálně na 20 tahů. Často se také pořádají soutěže na rychlost skládání a aktuální rekord z loňského června činí neuvěřitelných 3,13 vteřiny. Rubik ale neztrácuje ani další své vynálezy, byť většinu

z nich znají hlavně zapálení fanoušci hlavolamů.

Prostorová slepota

Rubik vystudoval architekturu a interiérový design.

V 70. letech začal přednášet na Vysoké škole umělecko-průmyslové o konstrukcích a prostoru. Narazil ale na „prostorovou slepotu“ studentů. Aby jim pomohl troj-

rozměrný svět lépe pochopit, sestrojil kostku. Akademickou půdu ale Rubikova učební pomůcka brzy opustila. Poté se stala senzací v Maďarsku. Celosvětový boom násle-

doval, až když se výroby a distribuce ujala americká firma Ideal Toy. Jen v letech 1980 až 1982 se ve světě prodalo na sto milionů tohoto hlavolamu. **ČTK**

INZERCE

NEPORAZITELNÉ

53.50 **-34%**
34⁹⁰

Losos čerstvý - filet s kůží

chlazený, balený,
cena za 100 g



Galbani Mozzarella

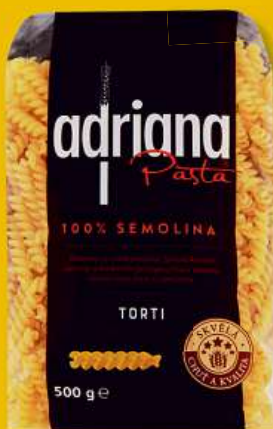
125 g, 100 g = 20,72 Kč, bez
Aplikace / 19,12 Kč Aplikace



39.90 **-40%**

23⁹⁰

BEZ
APLIKACE **25⁹⁰**



29.90 **-16%**

24⁹⁰

BEZ
APLIKACE **29⁹⁰**

Adriana Těstoviny

500 g, 100 g = 5,98 Kč bez Aplikace /
4,98 Kč Aplikace,
vybrané druhy

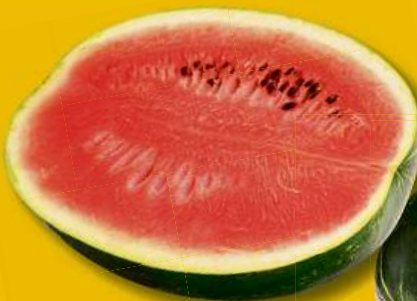


15.90 **-47%**

8⁴⁰

Florian Smetanový jogurt

150 g, 100 g = 5,60 Kč,



24.90 **-60%**

9⁹⁰

BEZ
APLIKACE **11⁹⁰**

Meloun vodní

1 kg, v nabídce také Meloun vodní krájený
za 14,90 Kč bez Aplikace / 12,90 Kč Aplikace



* Nejnížší cena za posledních 30 dní u nás.

NEPORAZITELNÉ – produkty, jejichž cena byla nejnižší ve srovnání s cenou uvedenou v letáčích vybraných obchodních řetězců ke dni tisku letáku 3. 7. 2024. Nelze garantovat, že cena produktů označených jako **NEPORAZITELNÉ** zůstane nejnižší po celou dobu platnosti letáku. Více na www.albert.cz/neporazitelne. Ceny platí v prodejnách supermarket Albert od 10. 7. do 16. 7. 2024 nebo do vyprodání zásob v jednotlivých prodejnách. Seznam všech prodejen na www.albert.cz.

Lidské je nezabíjet, zlobí se ochránci přírody

Myslivci a další dobrovolníci se v těchto dnech usilovně snaží bezmocná srnčata zachraňovat před sekačkami. Přesto jich stovky hynou krutou smrtí.

„Srnošec je v plném proudu,“ oznamují zástupci Českého svazu ochránců přírody (ČSOP) ve varovných e-mailech, na svém webu i sociálních sítích. Nejde o překlep ani černý humor. Odborníci si tak zvykli označovat období senoseče, během něhož nacházejí smrt pod ostřími sekaček, žacích strojů a kombajnů stovky neviných mláďat.

„Dobrovolníci v čele se zástupci mysliveckých spolků se usilovně snaží bezmocná srnčata před sekačkami zachraňovat. Přesto jich stovky zahynou krutou smrtí. Na druhou stranu se paradoxně právě myslivci usilovně snaží zachovat tradici úmyslného zabíjení bezmocných liščat,“ říká pro deník Metro Petr Stýblo z ČSOP. Zákon o myslivosti, který nyní míří



Poslanci mají brzy rozhodnout o krutém způsobu lovu lišek – norování. Novelu o myslivosti čeká dobrodružné hlasování. 3x ČSOP

do Sněmovny, totiž podle ochránců přírody stále zachovává krutý atavismus zvaný norování. Jde o způsob lovu lišek a jezevců spočívající v jejich vyhnání z nory. Nezamýšleným výsledkem tohoto počínání jsou pak každoročně tisíce uhynulých liščat.

„Proč někteří lidé takto nadřazují druh srnec evropský nad druhem liška obecná i přesto, že jim srnky způsobují o několik řádů vyšší ekonomické škody než lišky?“ kroutí hlavou Stýblo.

Koho odnesou, přežije

Situace je pro malá srnčata nastavená už od počátku jejich životů. „Srnčí mámy nechávají mláďata několik dnů

po porodu o samotě. Po většinu času se k nim vrací jen několikrát za den je nakojit. V noci je pak odvádějí na jiné místo. Mláďata samotná nikam neodejdou a před ničím neutečou. Tedy ani před sekačkou. A tak se v tomto období stávají obětmi sekaček, žacích strojů, kombajnů a podobně,“ vyjmenovává pro Metro Stýblo a zmiňuje, že jejich zranění jsou téměř vždy neslučitelná se životem.

Své o tom vědí záchrané stanice, kam se zlomeček obětí, v loňském roce to bylo sedmáct posekaných mláďat, každoročně dostane a záchranářům většinou zbude jediná úloha – zkrátit jejich další trápění.

„Naštěstí ale přibývají skupiny dobrovolníků, které prohledávají plochy před plánovanou sklizní a opatrně přesouvají srnčata mimo ohrožení, ale přitom tak, aby je jejich matka dokázala najít,“ upozorňuje Stýblo.

Pomoc přichází i shora

Nově se k vyhledávání ležících srnčat používají drony s termokamerami a výhledově zajistí budou termočidla namontovaná na sekačky tak, aby rychlý stroj případně i zastavila, povinností. Dohromady jde o spoustu vynaložené energie spousty lidí. Ti se řídí filozofií, že ubližování mláďatům je nelidské. „Proč tedy část z těch samých obětavých lidí úmyslně ubližuje jiným bezmocným mláďatům? Zabíjí jim rodiče, zabíjí i samotná mláďata! Jaký oni vidí rozdíl mezi srnčetem a liščetem, když obě mláďata jsou stejně bezmocná? Kdyby skutečně museli myslivci hradit škody způsobené zvěří z jejich honitby, tato zákonná povinnost je totiž v praxi nevy-mahatelná, rozhodovali by se čistě ekonomicky, zajistí by především přivítali jakýkoli způsob snižování stavů srnčí zvěře. Lišky by jim z tohoto pohledu mohly být zcela lhostejné,“ spekuluje pro Metro Stýblo.

Pomůže nový zákon?

Vzhledem k tomu, že je v současnosti zákon o myslivosti takříkajíc ve Sněmovně, je podle řady odborníků právě teď ta správná chvíle zachovat se lidsky a úmyslné zabíjení jakýchkoli bezmocných mláďat zvěře zakázat, respektive zakázat norování. Například předseda zemědělského výboru Michal Kučera už prohlásil, že bude chtít zákaz norování do zákona přidat poslaneckým pozměňovacím návrhem, třeba i s hlasy opozice. Předseda Českomoravské myslivecké jednoty Jiří Janota je naopak pro zachování norování jako povoleného způsobu lovu. Proti zákonu nicméně zorganizoval z jiných důvodů petici.

„Je tam dobře nastavené, že na základě šetření Ústavu pro hospodářskou úpravu lesů zjistíme, jak jsou lesy poškozené,“ uvedl Janota. Podle serveru iDNES.cz mu však vadí, že na základě míry poškození chce stát plánovat lovy a myslivcům udělit i pokuty v řádech desítek tisíc korun.

FILIP JAROŠEVSKÝ



Srnče se u Jaroměře schovávalo v trávě. Ostrým zubům sekaček se vyhnilo díky dobrovolníkům, kteří oblast předem prošli.



Dokrmování zraněného srnčete v záchrané stanici Hrachov. Ochránci přírody zde ošetří stovky zvířat ročně.

Fotbalové léto Kaizen Gaming je tady!



Přední světová sázková společnost se stala oficiálním partnerem fotbalových turnajů UEFA EURO 2024™ i CONMEBOL Copa America™ 2024, což je v tomto odvětví neslýchaná novinka

Letos v létě se Kaizen Gaming, jedna z předních světových společností v oblasti sportovních sázek a her, rozhodla přinést fanouškům fotbal blíže než kdy dřív. Prostřednictvím své mezinárodní značky Betano je Kaizen Gaming hrdým sponzorem UEFA EURO 2024™ i CONMEBOL Copa América™ 2024.

Obě sponzorství znamenají pro společnost Kaizen Gaming ohromný úspěch, protože je Betano první značkou online sportovního sázení a her, která sponzoruje obě prestižní soutěže. Navíc je to první společnost ve svém oboru, jež byla také oficiálním partnerem fotbalové asociace FIFA během mistrovství světa v Kataru v roce 2022. Nová sponzorství tak navazují na vítězné momentum společnosti Betano a přinášjí jí skutečný fotbalový hat-trick.

Díky pověsti Betano, která je známá svými inovativními zážitky, pokročilými technologiemi a závazky k odpovědnému hraní, podtrhují nová

sponzorství oddanost společnosti fotbalovému průmyslu. Nejenže reflektují zásady, které definují podnikání společnosti Kaizen Gaming, ale také zdůrazňují společné hodnoty všech zúčastněných organizací.



Tým Betano odhaluje pohár UEFA EURO 2024™ na Olympijském stadionu v Berlíně.

Globální turné společnosti Kaizen Gaming s trofejemi EURO a Copa America

Spolupráce společnosti Kaizen Gaming s UEFA a CONMEBOL přinesla ještě před zahá-

jením obou turnajů spoustu výjimečných okamžiků. Na své si přišli nejen sportovní fanoušci v zemích, kde Betano působí, ale také více než 2 500 zaměstnanců společnosti po celém světě:

- Rumunsko bylo první zemí, která na začátku tohoto roku zahájila oslavy Betano - UEFA EURO 2024, když bývalý kapitán národního týmu Ciprian Marica představil trofej EURO nadšenému davu fanoušků v Bukurešti.

- Přes 2 000 lidí se shromáždilo také v Portugalsku, aby si prohlédli tento pohár. Na akci vystoupil také "hrdina" Eura z roku 2016 Éder. V Německu měli lidé možnost vyfotografovat se s trofejí UEFA na berlínském Olympijském stadionu, kde se bude konat finále UEFA EURO 2024™.

- Kaizen Gaming přivezla trofej také do Řecka, kde pohár představili fanouškům 20 let od triumfu tamního národního týmu na Euru. Kromě toho ukázala společnost trofej ve svém sídle Kaizen Campus v rámci exkluzivní akce, jíž se zúčastnili její zaměstnanci. Pohár bude v průběhu letošního turnaje putovat dál a před samotným finále navštíví i Českou republiku.

- Na druhé straně oceánu Betano uspořádalo čtyřdenní akci v Brazílii (dva dny v Rio de Janeiro a dva dny v São Paulu), kde představila trofej CONMEBOL Copa América™ 2024 tisícům brazilských fanoušků a zaměstnancům společnosti

Kaizen Gaming. Mezi speciálními hosty byli bývalí členové národního týmu Zinho, Elano a Carlos Germano, a také bývalý jezdec Formule 1 Ferrari Felipe Massa.

- Podobné akce, na nichž Betano představilo trofej Copa América, se konaly v Argentině, Chile, Peru a Mexiku.

Betano je také hrdým partnerem některých významných fotbalových klubů v Evropě, včetně FC Porto, Sporting CP a S.L. Benfica v Portugalsku, FCSB v Rumunsku nebo AC Sparty Praha a FC Viktoria Plzeň v České republice. V nedávné době vstoupila značka Betano také do anglické



Betano přivezlo trofej CONMEBOL Copa América™ 2024 do brazilského Ria de Janeiro a São Paula.

Kaizen Gaming útočí... a skóruje!

Oficiální sponzorství značky Betano evropského šampionátu UEFA EURO 2024™ a jihoamerického ekvivalentu CONMEBOL Copa América™ 2024 je vyvrcholením pozoruhodné cesty společnosti Kaizen Gaming v posledních letech. Aktuálně působí na 16 trzích, a do roku 2026 plánuje expandovat až do deseti dalších zemí, což dokazuje ohromující růst společnosti.

Premier League jako sponzor na přední části dresu Aston Villa F.C.

Kromě toho se Betano rychle stává nejžhavějším jménem v iGamingovém průmyslu v Jižní Americe. Nejen, že je oficiálním sponzorem CONMEBOL Copa América™ 2024, ale také dvou největších domácích soutěží na kontinentu, které nyní nesou její název - Brasileirao Betano (brazilská liga) a Torneo Betano (argentinská liga).

PRAHA



Led zabavil v zoo i slony

Zoo Praha dala včera ledním medvědům, slonům, vydram, papouškům a dalším zvířatům do výběhu led. Ten má obyvatelům zoo zpříjemnit teplé dny a zároveň je zabavit. „Ledovou akci“ by ráda zahrada v létě ještě zopakovala. Návštěvníci se o ní předem dozvědí na webu či sociálních sítích zoo. Mimochodem, led je na dvou místech nabízen také návštěvníkům zahrady.

MET

Francouzský trh provoní Kampu

Burgundské šneky či tradiční dezert z Bordeaux můžete ochutnat už dnes.

Olympiáda ve Francii začíná až na konci července, fanoušci země galského kohouta ale mohou nasávat atmosféru Francie už ode dneška. Tradiční trh se po krátké pauze vrací na Kampu. Až do neděle si tu hosté mohou dopřát ty nejlepší francouzské delikatesy a vína. Nouze nebude ani o kulturní program.

Festival, který bude otevřen denně od 10 do 21 hodin (v neděli do 20 hodin), přivítá hned devatenáct stánků, kteří nabídnou napří-

klad ústřice, mušle, burgundské šneky nebo regionální sýry. Chybět nebude ani dezert z Bordeaux – bábovičky canelé.

Návštěvníci se mohou těšit i na rozmanitou nabídku bílých, růžových, červených a šumivých vín z tradičních odrůd pěstovaných v nejznámějších vinařských oblastech, jako je Alsasko, Burgundsko, Bordeaux, Champagne a Loira. Letošní novinkou je nabídka francouzských piv z minipivovarů.

Atmosféru Francie dokreslí i doprovodný program. Návštěvníci se mohou těšit například na zpěvačku Zdenku Trvalcovou, hudební skupinu Charlie & The Chocolates nebo saxofonistu Matouše Kobylku.

MET

INZERCE

ZA KLIDEM
A POHODOU

Wellness Víkend manager

2 noci/polopenze/5 procedur
již od 5.400 Kč/osoba*

Více na
www.msene.cz

*Uvedená cena je včetně zákonné sazby DPH.



Výstava představí nový most

Správa železnic včera zahájila venkovní panelovou výstavu, která nabízí srovnání stávající a plánované podoby železničního mostu na Výtoni. Expozice s podtitulem „Lepší spojení, lepší život ve městě“ bude přístupná do konce prázdnin. Více o projektu najdete novymostvyton.cz.

MET

Přes třicet tisíc řidičů
čeká výměna průkazů

Řidičský průkaz platí deset let, proto je snadné zapomenout na jeho propadnutí. Pokuta za jízdu s propadlým řidičským průkazem může činit až 2500 korun. Propadlá řidičská oprávnění zdaleka nejsou okrajovým problémem – platnost řidičského průkazu letos vyprší 296 tisícům Čechů. V Praze se to loni týkalo 30 tisíc řidičů, v letošním roce jde o 34 tisíc.

„Před odjezdem na letní dovolenou určitě doporučuji zkontrolovat si plat-

nost řidičského průkazu, případně včas požádat o nový. Stačí se jednoduše přihlásit pomocí bankovní identity do Portálu dopravy a během chvíle si tam vše vyřídit. Dobré je také připomenout, že možnost nevozit s sebou řidičský průkaz platí od ledna pouze na území České republiky. Takže v zahraničí u sebe kartičku řidičského průkazu stále mít musíme,“ řekl výkonný ředitel společnosti Bankovní identita Marek Růžička.

MET

MUMDOO

PRÁCE NENÍ TABU



Pro návrat do práce
ve školství kolem sebe potřebuji
fungující komunitu.

LUCIE ŠŤASTNÁ, učitelka

Mámy to chtěj taky.
Nechme je si vybrat.



KULTURA

Festival bude i mimo Krumlov

Program připomene Smetanu, Brucknera nebo Shakespeara.

Mezinárodní hudební festival v Českém Krumlově se letos zaměří na několik výročí, nejen hudebních. Připomene 200 let od narození Bedřicha Smetany, rakouského skladatele Antona Brucknera a 460 let od narození anglického dramatika Williama Shakespeara. Zájemce pozve do festivalové zóny. Koncerty budou po celém městě, ale i v kostele Svatý Kámen na česko-rakouské hranici nedaleko Dolního Dvoříště a v Lipně nad Vltavou na Molu Lipno.

Festival se připojil k Roku české hudby, a tak připomene 200. výročí Smetanova narození hned zítřejším úvodním koncertem. Smetanovo dílo pak zazní 1. srpna v kostele Svatý Kámen, kde na spo-

lečném koncertu vystoupí linecký sbor Hard-chór a český Kühnův smíšený sbor. Zároveň uvedou dílo rakouského skladatele a varhaníka Antona Brucknera. Dalším místem mimo Český Krumlov je Molo Lipno. Zde se představí 17. července romská kapela Galiani Gypsy Jazz, která navazuje na tradici romských hudebníků. Hlavním a prvním houslistou je Milan Galyláš, který zároveň působí v Severočeské filharmonii Teplice a v Českém národním symfonickém orchestru.

Návštěvníci si program ve městě vychutnají na dvou místech. První je v Klášterní zahradě, kde začíná program dnes a kde bude třeba Filharmonie i pro nejmenší posluchače. Druhým místem bude městský park, kde si zájemci vyzkouší i pit stop formule, což je zastávka závodního auta v boxu při výměně pneumatik, anebo uvidí parní show Jamese Watta. **ČTK**



Muzikanty našel v Praze

Hudební nadšenec a hybatel britského vydavatelství Original Gravity Records Neil Anderson vystoupí poprvé v Česku, a to 16. července v Malostranské besedě. Vstupné je za symbolických 150 korun v předprodeji. Anderson na své značce Original Gravity natáčí drtivou většinu nástrojů i hudby a vydává ji ve vlastní režii pod různými jmény. Na kontě má tak vyšší desítky písní v žánrech, jako je soul, mod beat, reggae, ska, rokenrol, funk či latino. Teď se rozhodl dát dohromady kapelu, která by mu pomohla představit jeho tvorbu také naživo. Vhodné muzikanty našel shodou okolností v Praze. **MET**

INZERCE

KDY pondělí 15. 7. a úterý 16. 7. 2024 od 10 do 17 h.

KDE Národní dům na Vinohradech, (bývalý dům železničářů - 1. mezipatro), Náměstí Míru 820/9, P-2 Vinohrady, metro stanice A



VÝKUP ZLATA, STŘÍBRA, STAROŽITNOSTÍ a obrazů 17. až 20. stol.

ZLATO: zubní zlato i (nečištěné) šperky mince a zlomkové



až 1500 Kč za gr

STŘÍBRO: příbory, tabatěrky a technické stříbro



HODINKY: náramkové, kapesní až do roku 1990



ŠPERKY: granátové a briliantové šperky



firma H&Š tel.: 776 150 222, 603 505 686

KRÁTCE

Vyrazili na Bali

Dobrodružnou komedii Poklad natočil režisér a scenárista Rudolf Havlík na indonéském ostrově Bali. Po úspěšné komedii Ostrov, kterou před třemi roky natočil v Thajsku, tak spolu s herci a filmovým štábem znovu vyrazil

do dalšího atraktivního exotického prostoru. Film Poklad bude mít v kinech premiéru 24. října a nyní se představuje v první upoutávce i prvním filmovým plakátem. Rudolf Havlík do hlavních rolí dcery a otce obsadil Veroniku Kheh Kubařovou a Jiřího Langmajera. **MET**

Denně **30 000 Kč**
NA KOLO

Hrajte na iDNES.cz/premium

TSBOHEMIA.CZ



Allegro spouští v Česku vlastní výdejní boxy

Z WE|DO se zároveň stává One by Allegro.

Logistický operátor WE|DO by Allegro se mění na One by Allegro. Společnost tak sjednocuje název a identitu značky na všech trzích, na kterých aktuálně působí, a to s cílem přinést lepší služby nejen zákazníkům, ale také obchodníkům. Rebranding pak přichází souběžně s uvedením One Boxů, tedy vlastních výdejních boxů společnosti Allegro, na český trh. V provozu je v tuto chvíli více než 140 z nich a již nyní tak svým zákazníkům nabízí možnost pohodlně si vyzvednout zásilky, kdykoli zrovna potřebují – 24 hodin denně, sedm dní v týdnu.

Allegro pokračuje v dalším rozšiřování svých služeb na českém trhu a zavádí siť



Díky boxům se mohou návštěvníci těšit na rychlejší a pohodlnější doručení svých objednávek.

ALLEGRO

vlastních výdejních boxů pod značkou One Box by Allegro. Síť již nyní čítá po celé České republice více než 140 výdejních boxů. Společnost rovněž pokračuje v integraci a sjednocování svých služeb na trzích, kde aktuálně působí. Logistický operátor WE|DO by

Allegro se tak postupně transformuje na One by Allegro.

Cílem nově vybudované sítě výdejních boxů je primárně zlepšení kvality poskytovaných služeb spojených s nakupováním na platformě Allegro, zákazníci se totiž mohou díky boxům těšit na rychlejší

a pohodlnější doručení svých objednávek. První One Box byl nainstalován na pražském Smíchově, zatím poslední pak v Praze-Ďáblicích. One Boxy tak doplňují stávající síť výdejních boxů a míst, kam společnost WE|DO své zásilky doručuje. Počet míst, kde si čeští zákazníci mohou své objednávky z platformy Allegro i mimo ni vyzvednout, se tak zvýší na více než 3840.

„Pro naše zákazníky je doručování do výdejních boxů stabilně jedním z nejoblíbenějších způsobů dopravy a míra jejich využívání neustále roste. Spuštění naší vlastní sítě výdejních boxů, které zákazníkům přinesou jednotný zážitek, je proto přirozeným krokem, jak dále zvýšit pohodlí při nakupování a zároveň opět posunout celkovou kvalitu našich služeb,“ říká Jakub Klóczewiak, provozní ředitel společnosti Allegro.

Rakovník přivítá Freestyle Battle, největší akci svého druhu v zemi

Hokejový stadion HC Rakovník budou mít v sobotu 13. července pod palcem trochu netradičně vyznavači workoutu.

Šestnáctitisícové okresní město je přivítá na 5. ročníku Freestyle Battle SK Meg Gym Rakovník, který představí divákům absolutní českou elitu a aktivně nabídne možnost si tento netradiční sport vyzkoušet.

Akte je také součástí projektu České unie sportu Tipsport Sportuj s nám, jehož mediálním partnerem je mediální skupina MAFRA.

„Jednoznačně si stojím za tím, že nabídneme skutečně atraktivní program, v prestižní Freestyle Battle budeme mít zhruba třicet účastníků v top formě a jsou to doopravdy ti nejlepší z celé České republiky. K tomu se asi šedesátka dalších akterů zapojí v soutěži Sets and Reps. Laikům výkony často připadají, jako by se dívali na ‚superlidi‘. Oni se dovedou vzepřít na ru-



kou, až to popírá gravitaci, jiný zase udělá jen tak sto čtyřicet dřepů na jedné noze... Je to neskutečné,“ odhalil Marek Hauner z pořadajícího SK Mek Gym Rakovník, co lze na akci očekávat.

Zahájení je na pořadu v 10 hodin, kdy vypukne soutěž Sets and Reps, při níž budou mít sva-

lovci za úkol vypořádat se se zadanými cviky v opakujících se sadách. Chybět nebudou shyby, dipy, dřepy a přitahy na hrazdě. Od 13 hodin odstartuje Freestyle Battle, z níž vzejdou King and Queen of Muscle Up.

V průběhu celého dne bude probíhat bohatý doprovodný program zaměřený na děti. Ty si budou moci vyzkoušet své dovednosti na deseti stanovištích Decathlon arény pod dohledem trenérů a vyhrát zajímavé ceny, zúčastnit se tanečních vystoupení nebo se dosyta vydovádět ve dvou skákacích hradech či s trampolínami.

„Chceme rodičům s dětmi přiblížit sport, proto představíme hned deset jeho odvětví, kde nebude chybět kromě workoutu ani tanec, což ocení třeba dívky, nebo florbal a hokej. Pro děti máme připravené medaile, které si samy dozdobí v kreativním koutku, dobroty a věcné ceny. Pro dospělé jsou připravené zajímavé poukázky na nákup výživy i sportovních potřeb a skleněné plakety. Po vyhlášení v 18 hodin nastoupí kapely včetně revivalu Tři sestery a o zábavu se postará také DJ Maty,“ prozradil Marek Hauner.

Foto: Archiv Tipsport Sportuj s námi

VYTIPUJ SI JEDEN Z 500 ZÁVODŮ

Sportování je sázka na jistotu a hlavní výhrou je zdraví. Zapoj se do největšího seriálu sportovních akcí v Česku. Čeká tě přes 500 akcí ve více než 60 sportech.

www.tipsport-sportujsnami.cz

Tipsport
Sportuj s námi



PARTNEŘI PROJEKTU
TIPSPORT SPORTUJ
S NÁMI



iDNES Premium

Radiožurnál
Český rozhlas



Miliardy drátků, 90 tisíc vrtů a taky 22 kilometrů



Genialita srší jednoduchostí. Místo starého betonu se podle rady odborníků z ČVUT začal při opravě na severní části Barrandovského mostu používat UHPC beton. Jsou v něm namíchány miliardy malých drátků, které zvyšují jeho pevnost a voděodolnost.

5x METRO

ŽIVÁ STAVBA

V běžném provozu projíždí přes Barrandovský most 140 tisíc aut denně. Opravy nejvytíženějšího mostu v Praze začaly v roce 2022.

- Nově používaný UHPC beton je až desetkrát pevnější než kdysi používaný. Jeho životnost je podstatně delší a také opravy povrchu jsou levnější.
- Nižší kvalitu betonu v původní konstrukci mostu mohly způsobovat i zbytky uhlí. Nákladky totiž dříve vozily během dne třeba uhlí a potom šetřek, do něhož se zbytky uhlí na korbě zamíchaly.
- Někteří vedoucí stavby nachodí během pracovní doby po mostě až 22 kilometrů.
- Pokud to umožní především podzimní počasí, třetí část opravy Barrandovského mostu by měla skončit letos.
- Povrch stezky pro cyklisty a pěší bude mírně zdrsněn, aby při dešti neklouzal. PH

Kontrolní den je obvykle pro dělníky „voprůz“. Novináři, šéfové stavebních firem, „papalášů“. Uhnout, chvíli nevrátat a čekat, až shluk civilů projde...

V Praze probíhá v létě kolem stovky dopravních a technologických staveb. Zasahují především do života pánů tvorstva, jak se automobilisté občas cítí. Znepříjemňuje to život i pěšákům v MHD, kamionům se zásobami, sanitkám a policistům.

Barrandovský most, jeho severní část, je ale stavba, která už má kus oprav za sebou a je nyní ve třetí fázi. Jak se při počátečních pracích ukázalo, mladší část asi nejvytíže-

nějšího dopravního mostu v Česku byla v horším stavu. Nový beton začal prskat a ukázalo se, že se podpěrné konzoly prohýbají. Provizorně se proto musely okraje, kde se buduje zcela nová stezka pro cyklisty a pěší, vypodložit vzpěrami. Ty samozřejmě průběžně mizí.

Po konzultaci s ČVUT musela stavební firma změnit postupy i technologii, a hlavně materiál. Místo „klasického“

betonu se nyní lije na horní vrstvu vozovky UHPC beton. Odlišuje se tím, že jsou do něho namíchány tenoučké drátky a ty tvoří pevný spojovací prvek hmoty. Nový beton je tak nejen pevnější, ale je i konzistentní, a hlavně voděodolný. Takže se nemusí jako na předchozích částech dělat hydroizolace. Další zpevnění představují ocelové armatury, které jsou železnými tyčemi spojené s původní

hmotou Barrandovského mostu. Kvůli tyčím museli dělníci vyvrtat asi devadesát tisíc až 40 centimetrů hlubokých děr. Využita bude přibližně polovina, zbytek sloužil vlastně jako sondy, protože i ve starém betonu jsou výztuhy, kudy nelze nové spojení vést. Jen na okraj: beton s „jehličkami“ se vozí na most z betonárny v Troji, ten „normální“ z Radlic a Písnice.

Kvůli pozdějšímu nárůstu teploty během dne se proto beton dováží ještě v chládku už od čtvrté hodiny ranní asi tak do sedmi. Stavbaře také šel, že auta nedodrží stavenou třicítku nebo padesátku tam, kde je největší pohyb dělníků. Magistrát včera domluvil s dopravní policií zvýšený dohled a měření rychlosti. Jak se někteří dopraváci zmínili, není tu problém za pár dní vybrat tolik peněz, že by za to byl „nový barák“.

PAVEL HRABICA



Staré a nové sřazení částí mostu. Do nového už nebude zatékat.



Tady byla zrada. Projevila se až po první části rekonstrukce.



Navrnané železné tyče s krycími „bezpečnostními“ kuličkami. Tyče se posléze svaří s armaturou a tím se propojí starý a nový beton.



Asi devadesátistkrát museli zatím dělníci vrtnout do mostu.

O co jde s

KŘEČOVÝMI ŽÍLAMI?

Co dělat, když máte bércové vředy, fialové pavoučí žíly, modré žilní výdutě?

JAK JE POTLAČIT?

Křečové žíly, pavoučí žíly, zkroucené podkožní nitky, bolestivé bulky a otoky jsou příznaky poruch krevního oběhu, které by se neměly podceňovat. Podívejte se, jak v krátké době čelit ischemii, zlepšit stav žilních chlopní a potlačit nevzhledné křečové žíly.

Otoky, bolest a pocit tíhy v nohách **okamžitě** ustoupí

Rychlé vyhlazení malých pavoučích žilek

Křečové žíly se v **krátké době** výrazně vstřebají

Produkt doporučený odborníky

LEPÍ KŘEČOVÉ ŽÍLY ZE VNITŘÍ!

Pouze nyní za 0 Kč na čísle: **555 441 922**

i Co vám poskytne trojitý komplex účinných látek: **kaštan koňský + diosmin + hesperidin?**

- ☑ Redukuje křečové žíly, pavoučí žíly, bolestivé vředy a fialové podkožní nitky.
- ☑ Zmírňuje bolest, otoky, necitlivost, brnění a křeče v nohou.
- ☑ Zbaví vás pocitu těžkých nohou - navrací nohám lehkost a zdravý vzhled.
- ☑ Upravuje tvar zkroucených a vypouklých žil.
- ☑ Zlepšuje krevní oběh a normalizuje krevní tlak v končetinách.
- ☑ Snižuje překrvení, záněty a žilní stavy.

ZAVOLEJTE
pro vzorek ve výjimečné nabídce:
555 441 922

Využijte této jedinečné příležitosti a pořídte si **nejsilnější přípravek proti křečovým žilám za 0 Kč!**

- *Křečové žíly se zmenšily po několika dnech! – Kristýnka, 53 l.*
- *Nejlepší přípravek na křečové žíly, bolesti a otoky nohou – Jan, 61 l.*
- *Přípravek rychle zmenšil křečové žíly a bércový vřed se začal hojit – Lukáš, 38 l.*
- *Konečně jsem se zbavila znetvořujících pavoučích žilek na stehnech. – Adéla, 47 l.*

Rozlučte se s křečovými žilami, otoky a nepohodlím. Už nikdy se nebudete stydět za vzhled svých nohou!

Brzy ustoupí:

- ▶ Pavoučkové žilky - fialové, modré nebo načervenalé síťovité žilky
- ▶ Křečové žilky
- ▶ Tlakové vředy na stehnech a dolních končetinách
- ▶ Otoky
- ▶ Podkožní bulky, boule a modřiny
- ▶ Pulzování, bolesti a křeče v nohou

VĚDĚLI JSTE, ŽE...

Vaše srdce denně přečerpá až 10 000 litrů krve? **Nepřirozeně zkroucené, zmodralé a vypouklé žíly brání volnému oběhu a neumožňují správný průtok krve v končetinách - to je důvod, proč vám otékají nohy, bolí, jsou těžké, vředovité a necitlivé.**



Poruchy krevního oběhu a z nich vyplývající žilní potíže je třeba řešit co nejdříve, protože následky křečových žil mohou být dokonce neodvratitelné

Díky receptuře 3 v 1 na utěsnění žil je tato kúra

→ JEDNODUCHÁ → RYCHLÁ → BEZBOLESTNÁ

Nedávné studie potvrdily, že inovativní přípravek na křečové žíly s diosminem, hesperidinem a kaštanem koňským rychle zvyšuje napětí žilní stěny a snižuje propustnost kapilár. **V důsledku toho selepší krevní oběh, tepny se začnou odblokovávat, zkroucené žíly ustoupí, stejně tak i otoky, modřiny a pocit těžkých nohou** a v následujících dnech se vypouklé, vředovité a bolestivé **křečové žíly výrazně uklidní.**

„Dnes může žilní stavy neinvazivně snížit každý. **Jedná se o dlouho očekávanou podporu pro všechny lidi, kteří trpí křečovými žilami, pavoučím žilami, bolestmi, nepříjemnými pocity a otoky nohou,**“ - zjišťuje odborník na žilní problémy

Doporučení odborníků



Vysoce účinný při redukcí křečových žil



Až 5 rostlinných extraktů + diosmin a hesperidin

» Získejte zpět lehké a zdravé nohy bez křečových žil «

VYZVEDNĚTE SI PŘÍPRAVEK NA PAVOUČÍ ŽÍLY A ŽILNÍ ONEMOCNĚNÍ.

VE SPECIÁLNÍ NABÍDCE: 555 441 922

Prvních 100 lidí, kteří se ozvou do 02.08.2024, obdrží přípravek za 0 Kč!

V rámci této nabídky máte nárok na 1 balení přípravku. **ZAVOLEJTE HNED!**

Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00.
Běžně místní spojení bez příplatku.

*Následující produkt je doplněk stravy a není určen k diagnostikování, léčbě ani prevenci jakýchkoli nemocí. Předkládaný obsah nepředstavuje lékařskou radu a nemůže nahradit konzultaci s odborníkem.

*Doplněk stravy je potravinou, jejímž cílem je doplnění běžné stravy. Doplněk stravy nemá léčivé vlastnosti. *Tento reklamní článek je založen na fikci a jakákoli podobnost se skutečnými osobami, místy nebo událostmi je čistě náhodná.

*Účinky používání produktu závisí na individuálních dispozicích uživatelů a mohou se lišit. Informace uvedené v článku o účincích a rychlosti působení produktu nepředstavují záruku prodávajícího o jeho vlastnostech.

PLAY

WC pro všechny

Všem, kdo vyrážejí na dovolenou, doporučuju cestovat s hlavou otevřenou a k tomu, co je „jinak“, přistupovat se zvědavostí spíše než s nedůvěrou. Už jsem na tomto místě psala, že jsem zejména na jih od nás shledala, jak se také může společnost chovat k malým dětem, potažmo k jejich rodičům – a sice laskavě a vstřícně. A funguje to, i když se vydáte jen kousek za hranice, třeba k našim nejbližším sousedům. I v Německu, dokonce v tom, co bývalo Východní, se s dětmi a rodiči počítá. Ve velkém kempu, kde se neočekává nějaký zvláštní

” Když se myslí na ty nejzranitelnější, těžší z toho nakonec celá společnost.

komfort, kde se spí na karimatkách, vaří se v předklonu na malém vařiči a kde vám během několika hodin zaleze vlhkost a pásek úplně do všech věcí, se také myslí na děti. Nejenže tu je velké hřiště, to u nás umíme postavit taky, ale co je důležitější – na záchodech a v umývárkách najdete menší záchod, nižší umyvadlo nebo aspoň redukční prkýnko pro malé děti. A k těm novějším záchodům vedou kromě pár schodů také rampy, takže není problém sem vjet s kočárkem nebo sem dotapat s batoletem. A jsou celé bezbariérové. Jsou tu i speciální rodinné sprchy, kam se pohodlně vejde rodič s dětmi. Jednoduchým kouzlem se tak kemp stal přátelštějším nejen pro nejmenší hosty, ale hlavně pro dospělé, kteří o ně pečují. A také pro starší lidi, jimž schody dělají potíže, nebo i pro mladší, které třeba zrovna bolí koleno. Náznorná ukázka toho, že když se myslí na ty nejslabší a nejzranitelnější, těžší z toho nakonec celá společnost.



DOBŘÝ DEN, JMENUJI SE
JULIE ČERVENÁ
BYLO MI PĚTATŘICET A MÁM DVĚ MALÉ DĚTI

7	4	5	9	2	3	8	1	6
9	3	6	7	8	1	4	5	2
1	8	2	4	5	6	9	3	7
8	2	4	5	1	9	7	6	3
3	7	1	2	6	8	5	9	4
5	6	9	3	4	7	1	2	8
4	5	8	6	9	2	3	7	1
6	1	3	8	7	5	2	4	9
2	9	7	1	3	4	6	8	5
4	1	8	7	3	9	6	5	2
5	7	9	6	2	1	8	4	3
2	6	3	5	4	8	9	7	1
7	4	2	3	8	5	1	9	6
8	5	6	1	9	4	2	3	7
9	3	1	2	7	6	4	8	5
6	8	7	4	1	3	5	2	9
1	2	4	9	5	7	3	6	8
3	9	5	8	6	2	7	1	4

REŠENÍ SUDOKU:
LUŠTĚNKA: EKONOM

LUŠTĚNKA

Doplňte podle legendy vodorovně a svisle stejná slova. Tajenka je vodorovně i svisle.

- vysvětlit (expr.)
- forma k odlévání ingotů
- tajenka
- cinkání
- připravené z aloe
- rovněž tam (kniž.)

		1	2	3	4	5	6
1							
2							
3			O				
4							
5							
6							

Pom.: kokila

@mojemetro



Kde tryská tahle růžová sprejerská divočina? V podchodu Hlávkova mostu! Ten je prvním betonovým mostem v Praze, stojí od roku 1911 a nikdy nebyl přejmenován. Za fotku děkujeme [@fotojukl](#).
#graffiti #artderue #poulicniumeni #artedistrada #czechgraffiti #praguegraffiti #praguestreetart #prahagrffiti

#METROTAG

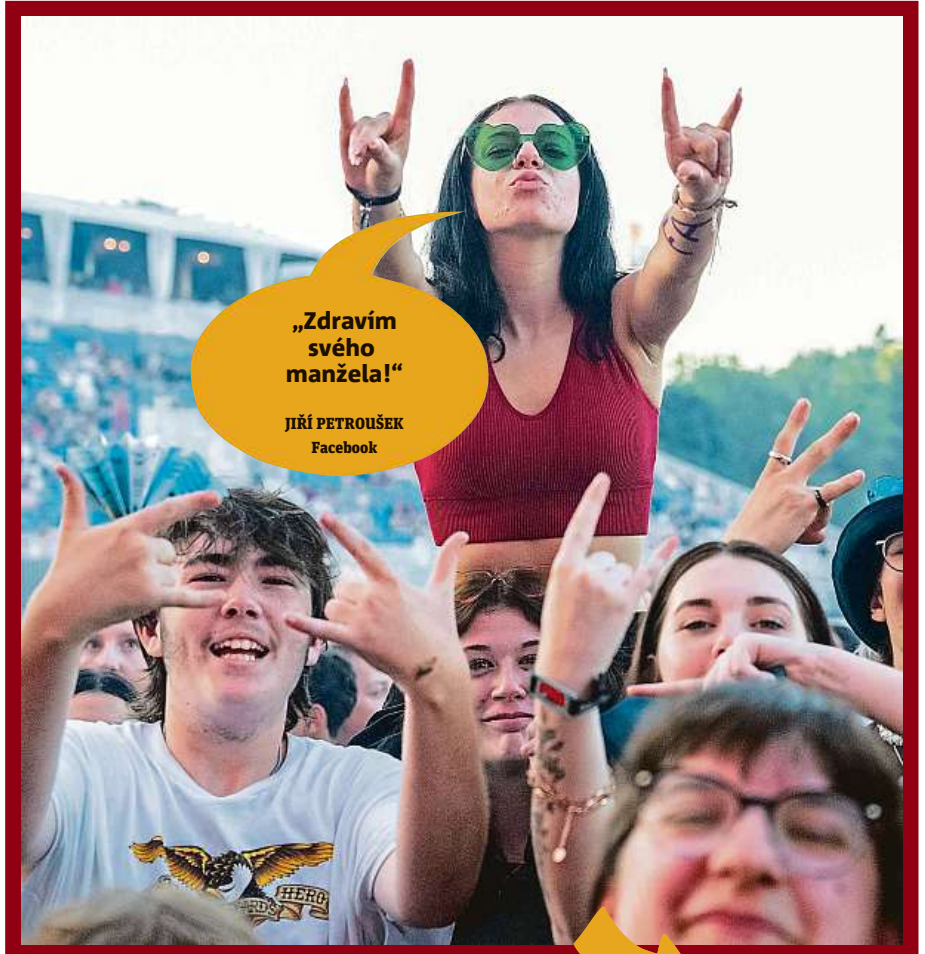
Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem #METROTAG na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na mms@metro.cz. Váš výtvar dáme do novin!



SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

3		5	8	6		7	1	4
1	2				7	3	6	8
	8			1	3			
		1			6	4	8	5
		6	1	9	4	2		
7	4	2	3			1		
			5	4			7	
5	7	9	6				4	3
4	1	8		3	9	6		2

2			1	3	4			8
6		3			5			
	5							1
			3				2	8
	7						9	
8	2				9			
1							3	
			7			4		2
	4		9	2	3			6



POČASÍ

DNES	ZÍTRA	SOBOTA	NEDĚLE
27/31 °C	27/31 °C	23/27 °C	24/28 °C

Teplotní rekordy: ↓ 8,4 °C (1978) ↑ 36,0 °C (2010) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

ČT1



20.10 Most! (2/8)
Komedijní seriál (ČR, 2018).
Hrají: M. Hofmann, E. Stárková

20.55 Poklad na Stříbrném jezeře
Western (N/Fr./Jug., 1962).
Hrají: P. Brice, L. Barker

22.39 Výsledky losování Šťastných 10 a Extra Renty

22.40 Zpátky se Sobotou
Kaiser a Lábus

23.40 Komisař Montalbano
Krimiseriál (It., 2011)

01.20 AZ-kvíz tentokrát s Fortunou

ČT2



20.00 Je třeba zabít Sekala
Drama (ČR/SR/Fr./Pol., 1998).
Strhující příběh o muži, který se stane proti své vůli najatým vrahem. Hrají: O. Lubaszenko, B. Linda, J. Bartoška, A. Siteková. Režie V. Michálek

21.55 Pramen života
Romantické válečné drama (ČR, 2000). Hrají: M. Hilmerová, M. Sieczkowski, V. Cibulková

23.45 Za mřížemi: V nejdrsnějších věznicích světa (2/6)

00.35 Láska a sex v Indii

01.35 Křížové cesty

NOVA



20.20 Policie Modrava III (8)
Návrat z Austrálie. Krimiseriál (ČR, 2019). Čechoaustralán chce začít podnikat v Čechách. Poslal svému bratrovi téměř milion korun, ten ale zmizel... Hrají: S. Norisová, J. Satoranský, F. Tomsa, Z. Palusga

21.35 Dáma a Král II (8)
Lék na vraždu. Detektivní seriál (ČR, 2018). Hrají: T. Hofová, J. Čína, M. Dalecký, M. Donutil

22.45 Kriminálka Las Vegas V (22)
Krimiseriál (USA, 2004)

23.45 Kriminálka Miami IX (15)
Krimiseriál (USA, 2010)

PRIMA



20.15 Stáří není pro sraby
Komedie (ČR, 2022). Parta důchodců si vyrazí na výlet plnit nespěšená přání. Hrají: J. Krampol, R. Hrušínský ml., L. Sobotka. Režie T. Magnusek

22.05 Inkognito
V zábavné show se čtveřice osobností snaží uhodnout profesí jednotlivých hostů nebo jejich identitu

23.10 Ano, šéfe!
Šéf zavítá do podniku na Akademii výtvarných umění, který tu otevřel Vojtěch Fröhlich...

00.20 Policie v akci

ÓČKO



17.00 1Charted

18.00 Hitrádio desítka

19.00 Party ride
Warm-up dance music, protože čtvrtek je malej pátek

21.00 Top 4 Óčko chart
První čtyři místa v hitparádě diváků Óčka

21.15 Hot hity

22.00 Naked Attraction Poland

22.30 Virtuální svět TV

0.00 Óčko flirt

KRÁTCE

Soupeř z Bosny

Házenkáři mistrovské Karviné se pro nadcházející sezonu evropských pohárových soutěží přihlásili do Evropské ligy a na konci léta se o účast v šestikolové skupinové fázi utkají v kvalifikačním souboji s bosenským šampionem RK Izviđač. Při úterním losu ve Vídni se jména soupeřů dozvědí další tři mužské a tři ženské české kluby.

Změna na 61? Ne!

Nizozemský golfista Joost Luiten si u soudu vymohl start na olympijských hrách, v Paříži přesto soutěžit nebude. Ve startovní listině už pro něj není místo, původně nevyužitou kvótu totiž už Mezinárodní olympijský výbor (MOV) přidělil jinému hráči. Mezinárodní golfová federace se snažila pro Luitena vymoci výjimku, aby pod pěti kruhy moh-

lo startovat 61 hráčů místo stanovených 60, ale MOV takový návrh zamítl.

Detriot se prohne

První hráč draftu NBA v roce 2021 Cade Cunningham se domluvil s Detroitem na pětileté smlouvě, jež dvaadvacetiletému basketbalistovi zajišťuje celkový příjem 224 milionů dolarů (5,2 miliardy korun). Nejlukrativnější

kontrakt v historii klubu může mladému rozehrávači vynesit až 269 milionů dolarů (6,3 miliardy korun). Smlouva začne platit od sezony 2025/26. Momentálně Cunninghamovi běží čtyřletý kontrakt, díky němuž vydělá celkem 45,6 milionu dolarů (přes miliardu korun). Cunningham strávil celou dosavadní kariéru v NBA v Detroitu, který byl v uplynulém ročníku nejhorším týmem soutěže. **ČTK**

Bude chybět celý podzim

Do plného tréninku se vrátí až v lednu.

Brankář Jindřich Staněk bude fotbalistům Slavie chybět nejméně půl roku. Osmadvacetiletý gólman v úterý podstoupil operaci ramene, které si poranil v posledním utkání reprezentace ve skupině na ME proti Turecku.

Podle původních odhadů měla Staňkova rekonvalescence zabrat zhruba tři až čtyři měsíce, nakonec ale bude reprezentační brankářská jednička mimo hru ještě déle. Pražský klub prakticky vyloučil, že by se bývalý gólman Plzně stihl vrátit ještě v průběhu podzimu. „Nyní bude mít pět týdnů zafixovanou ruku a dle předpokladů se do plného tréninku zapojí

až v lednu,“ napsala Slavia. „Vrátím se silnější. Hned, jak to bude možné, budu chtít být zpátky na hřišti a pomoci klukům,“ uvedl Staněk.

Od zimního příchodu z Plzně odchytil reprezentační gólman za Slavii 12 ligových zápasů a šestkrát v nich udržel čisté konto. Branku hájil také v obou duelech osmiřinále Evropské ligy proti italskému AC Milán. **ČTK**



Jindřich Staněk

MAFRA

„Dárek si dám sám“

Lamine Yamal měl velkou zásluhu na úterním vítězství španělských fotbalistů nad Francií. Jeho vyrovnávací gól zdálky mnozí považují za nejhezčí branku na šampionátu, stal se nejmladším střelcem v historii velkých turnajů a byl vyhlášen hráčem zápasu. Experti UEFA zároveň ocenili jeho spolupráci s Jesúsem Navasem, s fotbalistou, který je o 22 let starší. Yamalovi bude v sobotu, den před finále, sedmnáct let. „Už jsem řekl mám, aby mi žádný dárek nechystala. Že si ho dám sám. Jsem rád, že narozeniny oslavím se svým týmem v Německu. Teď přichází ta nejdůležitější část – získání titulu. Chci jen vyhrávat, vyhrávat, vyhrávat,“ řekl v rozhovoru pro web UEFA. **ČTK**



Sparta schytala debakl, zápas skončil dříve

Fotbalisté pražské Sparty utrpěli v úvodním zápase na zahraničním soustředění debakl 2:5 s Brøndby Kodaň a v předposledním utkání letní přípravy poprvé prohráli. Český šampion nezvládl proti dánskému vicemistrovi především úvodní dějství, v němž inkasoval čtyři branky. Zápas kvůli nepříznivému počasí – v rakouském Kössenu se strhla průtrž mračen – předčasně skončil v 82. minutě. V sobotu Pražané na soustředění nastoupí proti Salcburku ke čtvrtému utkání letní přípravy (zatím mají bilanci dvou výher a jedné porážky) a duel pro ně bude generálkou na novou sezonu nejvyšší soutěže. V zápase už by se měli představit i reprezentanti, kteří měli po červeném srazu volněji. Za dva týdny český šampion ve 2. předkole rozehraje kvalifikační Ligy mistrů. **ČTK**

ČÍSLA DNE

131

Páteční neúspěšné čtvrtfinále na domácím mistrovství Evropy bylo posledním zápasem německého útočníka Thomase Müllera v reprezentaci. Čtyřiatřicetiletý kanonýr, který v národním týmu odehrál 131 zápasů a vstřelil 45 gólů, už po porážce 1:2 po prodloužení od Španělska naznačil, že se mohlo jednat o jeho poslední start. To se nyní podle informací listu Bild potvrdilo. Německá reprezentace tím pádem přijde po Tonim Kroosovi o dalšího mistra světa z roku 2014.

10

Fotbalisté Bohemians 1905 v přípravě na novou sezonu sehráli desetigolové utkání. Ve Vídni nečekaně rozstřelili tamní Austrii 7:3. Hatřicetkem se pod vysoké vítězství Pražanů podepsal letní návratkovec do Doličku Júsuf Hilál. Karviná překvapivě jen remizovala s třetiligovým polským celkem Podbeskidzie Bielsko-Biala 3:3. **ČTK**

2:1. Gól last minute „Bylo to na žlutou“

Finálovým soupeřem Španělska na letošním fotbalovém mistrovství Evropy jsou Angličané. O jejich postupu do zápasu o celkový triumf na šampionátu v Německu rozhodl

v 90. minutě střídající Ollie Watkins. Před ním se v první půli trefili Nizozemec Simons a z penalty anglický kapitán Harry Kane. Finále se hraje v neděli od 21.00. **MEET**

Do španělského kapitána Álvaro Moraty po úterním vítězství nad Francií v semifinále ME nešťastně přímo na hřišti zajel člen ochranky, který při pronásledování neukázně-

ného fanouška na hřišti na vlhké trávě podklouzl. „Bylo to na žlutou a tečka,“ komentoval žertem bizarní incident Morata, jehož start ve finále není ohrožen. **ČTK**